

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Seiring dengan perkembangan zaman, kebutuhan masyarakat terhadap pelayanan kesehatan semakin meningkat. Kesehatan bagi masyarakat menjadi sebuah kebutuhan yang mendasar karena kemampuan beraktifitas baik di masa sekarang maupun yang akan datang. Hal ini berarti hidup masyarakat di masa yang akan datang dan sekarang salah satunya dipengaruhi oleh faktor kesehatan di masa lalu. Dalam penelitian ini aktifitas responden sebagai penjahit yang lebih dominan melibatkan pergerakan lengan dan leher dalam waktu lama dan berulang-ulang yang cenderung dapat menimbulkan nyeri leher.

Leher adalah tulang belakang yang paling lentur dan juga mendukung (menyangga) berat dari kepala. Bagaimanapun leher sangat sensitif terhadap penyakit-penyakit yang potensi menghasilkan nyeri dan membatasi gerakan. Nyeri leher pada pekerja lebih sering disebabkan oleh gangguan *musculoskeletal* di mana terjadi ketegangan dan peregangan otot dan *ligament* sekitar leher. Beberapa pekerjaan yang dapat memicu terjadinya nyeri leher antara lain pergerakan lengan atas dan leher yang berulang-ulang, beban statis pada otot leher dan bahu. Posisi leher yang ekstrem saat bekerja seperti bekerja dengan komputer dalam waktu yang

lama atau bekerja di depan meja dengan posisi membungkuk dalam waktu yang lama, mengangkat, mendorong atau membawa barang. Nyeri *musculoskeletal* di leher adalah rasa nyeri yang meliputi kelainan saraf, *tendon*, otot dan *ligament* disekitar leher (Samara, 2007).

Kesalahan posisi atau sikap tubuh yang terjadi di lingkungan kerja dan di lingkungan rumah merupakan salah satu penyebab terjadinya nyeri pada leher. Posisi tidur yang tepat seharusnya mengistirahatkan otot-otot seluruh tubuh di mana posisi yang baik adalah dengan menggunakan punggung belakang. Selain itu menggunakan bantal harus sampai bahu sehingga posisi leher dalam keadaan rileks sehingga otot-otot sekitar leher tidak tegang. Namun tidak jarang, kebanyakan masyarakat tidak memahami akan hal yang itu, sehingga menjadi sebuah kebiasaan dan terjadi secara terus menerus dan berulang kali sehingga mengakibatkan timbul keluhan-keluhan di tulang belakang terutama di leher sehingga menyebabkan gangguan fungsi leher.

Prevalensi nyeri leher pada nyeri *musculoskeletal* pada pekerja di masyarakat selama 1 tahun sebesar 40% dan prevalensi ini lebih tinggi pada perempuan. Selama 1 tahun, prevalensi nyeri *musculoskeletal* di daerah leher pada pekerja berkisar antara 6-67% dan perempuan lebih tinggi di dibandingkan laki-laki (Samara, 2007). Beban ekonomi yang berhubungan dengan nyeri leher sangat besar dan hampir sepertiga dari orang-orang yang mengalami nyeri leher akan terus menerus memanfaatkan pelayanan kesehatan, laporan untuk nyeri leher terjadi

peningkatan pada 5 tahun terakhir. Selain itu, hampir 25% berobat rawat jalan ke fisioterapi dengan keluhan utama nyeri leher (Cleland *et al.*, 2007). Salah satu metode untuk mengurangi nyeri pada nyeri leher adalah *thrust manipulation thoracic spine* dan *stretching*.

Terapi manipulasi adalah teknik pasif dimana terapis menerapkan implus kepada pasien, atau mendorong ke sendi-sendi sepanjang tulang belakang (atau fisiologis) rentang gerakan pada gerakan tulang belakang. *Thrust* adalah kecepatan tinggi, amplitudo gerakan pendek sehingga pasien tidak dapat mencegah gerakan. Gerakan ini dilakukan pada akhir batas patologis sendi dan dimaksudkan untuk mengubah posisi, perlengketan, atau merangsang reseptor sendi. Batas patologis berarti akhir dari LGS yang mengalami keterbatasan (Kisner *and* Colby, 2007).

Stretching adalah istilah umum yang digunakan untuk menggambarkan setiap manuver terapi yang dirancang untuk meningkatkan pemanjangan jaringan lunak, dengan demikian meningkatkan fleksibilitas. Dengan memperpanjang struktur yang adaptif di perpendek dan telah menjadi *hypomobile* dari waktu ke waktu (Yano, 2012).

Penelitian terdahulu dari Cleland *et al.*, 2005, menyatakan bahwa penggunaan *thrust manipulation thoracic spine* sangat efektif untuk mengurangi tingkat nyeri termasuk meningkatkan fungsi leher pada kondisi nyeri leher. Kisner *and* Colby 2007 menyatakan bahwa *stretching* dapat memanjangkan otot yang mengalami pemendekan sehingga dapat

mengurangi nyeri yang disebabkan oleh pemendekan otot tersebut. Oleh karena itu peneliti ingin melakukan penelitian lebih lanjut tentang *thrust manipulation thoracic spine* dan *stretching* untuk mengurangi tingkat nyeri pada kasus nyeri leher pada pekerja di Konveksi Star di Jaten Karanganyar, dikarenakan lingkungan kerja dan posisi mereka yang statis seperti duduk menghadap meja/mesin jahit dengan kursi yang keras, posisi kepala kedepan dan membungkuk dalam waktu yang lama dan berulang-ulang, sehingga kecenderungan dapat menyebabkan timbulnya nyeri pada leher. Latihan dilakukan selama 4 minggu dengan 8 kali sesi latihan (1 minggu 2 kali latihan) dengan 10 kali pengulangan setiap sesinya (Lau, 2010).

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan permasalahan pada kondisi nyeri leher ini, maka penulis dapat merumuskan masalah sebagai berikut:

1. Apakah *thrust manipulation thoracic spine* dapat mengurangi tingkat nyeri pada kondisi nyeri leher?
2. Apakah *stretching* dapat mengurangi tingkat nyeri pada kondisi nyeri pada kondisi nyeri leher?
3. Apakah ada beda pengaruh pemberian *thrust manipulation thoracic spine* dan *stretching* terhadap penurunan tingkat nyeri pada pasien dengan nyeri leher?

C. Tujuan

Tujuan yang dilakukan penelitian ini adalah:

1. Tujuan umum

Untuk mengetahui pengaruh pemberian *thrust manipulation thoracic spine* dan *stretching* dalam penurunan tingkat nyeri pada kondisi dengan nyeri leher.

2. Tujuan khusus

- a. Untuk mengetahui pengaruh pemberian *thrust manipulation thoracic spine* dalam mengurangi nyeri akibat nyeri leher.
- b. Untuk mengetahui pengaruh pemberian *stretching* dalam mengurangi nyeri akibat nyeri leher.
- c. Untuk mengetahui beda pengaruh antara pemberian *thrust manipulation thoracic spine* dan *stretching* dalam mengurangi nyeri akibat nyeri leher

D. Manfaat penelitian

1. Teori

a. Bagi peneliti

Menambah ilmu pengetahuan, wawasan yang luas serta pengalaman dan pemahaman dalam pemberian modalitas terapi pada kondisi nyeri leher.

b. Bagi pendidikan (fisioterapi)

Dapat memberikan masukan, wawasan dan pemahaman fisioterapi tentang metode *thrust manipulation thoracic spine* dan *stretching* pada kondisi nyeri leher.

2. Praktisi

Bagi pelayanan (fisioterapi)

- a. Memberikan referensi dan bahan pembandingan dalam kegiatan yang ada hubungannya dengan pelayanan kesehatan.
- b. Memberikan ruang sudut pandang fisioterapi dalam menganalisa tentang pengaruh *thrust manipulation thoracic spine* dan *stretching* terhadap pengurangan nyeri pada kondisi nyeri leher.